



**University of  
Zurich**<sup>UZH</sup>

**Zurich Open Repository and  
Archive**

University of Zurich  
University Library  
Strickhofstrasse 39  
CH-8057 Zurich  
[www.zora.uzh.ch](http://www.zora.uzh.ch)

---

Year: 2012

---

## **"Ricky und die Spinne" - ein Computerspiel zur Unterstützung der Behandlung von Zwangserkrankungen bei Kindern**

Brezinka, Veronika

**Abstract:** Das therapeutische Computerspiel Ricky und die Spinne ([www. rickyandthespider.uzh.ch](http://www.rickyandthespider.uzh.ch)) wurde an der Spezialsprechstunde für Zwangsstörungen des Zentrums für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Universität Zürich entwickelt. Es soll Psychotherapeuten in ihrer Arbeit mit zwangserkrankten Kindern zwischen sechs und zwölf Jahren unterstützen. Mit einer Prävalenz von 2% gehören Zwangserkrankungen zu den häufigsten psychischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter (Simons, 2009). Je länger die Erkrankung unbehandelt bleibt, desto ungünstiger ist der langfristige Verlauf (Micali et al., 2010). Als wirksamste Therapien gelten kognitive Verhaltenstherapie und Medikation (March Foa, 2004; OI Kearney, Anstey, von Sanden, Hunt, 2010). Allerdings fehlt es häufig an Verhaltenstherapeuten, die Zwangserkrankungen behandeln. Gerade für jüngere Kinder gibt es zudem noch wenig therapeutisches Material (Freeman et al., 2007).

Posted at the Zurich Open Repository and Archive, University of Zurich

ZORA URL: <https://doi.org/10.5167/uzh-74415>

Journal Article

Published Version

Originally published at:

Brezinka, Veronika (2012). "Ricky und die Spinne" - ein Computerspiel zur Unterstützung der Behandlung von Zwangserkrankungen bei Kindern. *Z-Aktuell*, 2012(2):10-13.

# „Ricky und die Spinne“ – ein Computerspiel zur Unterstützung der Behandlung von Zwangserkrankungen bei Kindern

von Veronika Brezinka

Das therapeutische Computerspiel *Ricky und die Spinne* ([www.rickyandthespider.uzh.ch](http://www.rickyandthespider.uzh.ch)) wurde an der Spezialsprechstunde für Zwangsstörungen des Zentrums für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Universität Zürich entwickelt. Es soll Psychotherapeuten in ihrer Arbeit mit zwangserkrankten Kindern zwischen sechs und zwölf Jahren unterstützen.

Mit einer Prävalenz von 2% gehören Zwangserkrankungen zu den häufigen psychischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter (Simons, 2009). Je länger die Erkrankung unbehandelt bleibt, desto ungünstiger ist der langfristige Verlauf (Micali et al., 2010).

Als wirksamste Therapien gelten kognitive Verhaltenstherapie und Medikation (March & Foa, 2004; O’Kearney, Anstey, von Sanden, & Hunt, 2010). Allerdings fehlt es häufig an Verhaltenstherapeuten, die Zwangs-

erkrankungen behandeln. Gerade für jüngere Kinder gibt es zudem noch wenig therapeutisches Material (Freeman et al., 2007).

Mit der Entwicklung von *Ricky und die Spinne* soll die Chance auf eine möglichst frühzeitige verhaltenstherapeutische Behandlung kindlicher Zwangserkrankungen erhöht werden. Das Spiel integriert die wichtigsten Behandlungselemente des verhaltenstherapeutischen Ansatzes und bietet eine ansprechende und kindgerechte Metapher, mit deren Hilfe die Erkrankung, ihre Folgen und ihre Behandlung besser verstanden werden können. Dies soll betroffene Kinder ermutigen, sich dem Zwang zu widersetzen. Zudem hoffen wir, mit dem Spiel Verhaltenstherapeuten die oft berichtete Scheu vor Zwangserkrankungen zu nehmen und sie bei der Behandlung von zwangserkrankten Kindern zu unterstützen. Anders als bei einem Therapiemanual in Buchform wird bei einem Computerspiel auf ein Medium zurückgegriffen, das die meisten Kinder attraktiv

*Die Spinne macht Ricky und Lisa seit einiger Zeit das Leben schwer.*







Ricky und Lisa suchen Hilfe bei Frau Dr. Eule.

finden. Da die therapeutische Literatur zu Zwangserkrankungen sich oft durch lange und kognitiv anspruchsvolle Texte auszeichnet, welche Kinder rasch überfordern können, wurde besonderes Augenmerk darauf gelegt, die Erläuterungen im Spiel kurz und verständlich zu halten.

*Ricky und die Spinne* spielt auf einer Wiese. Grashüpfer Ricky und Marienkäfer Lisa sind sehr unglücklich. Seit einiger Zeit lebt in ihrer Gegend eine Spinne, die von den Tieren merkwürdige Dinge verlangt. So darf Ricky nur in einem besonderen Muster über die Wiese springen, und Lisa muss jeden Abend vor dem Einschlafen ihre Punkte zählen. Die Spinne macht den Tieren Angst, dass etwas Furchtbares geschehen wird, wenn sie ihren Befehlen nicht gehorchen. Deshalb tun sie, was von ihnen verlangt wird und verstricken sich immer weiter in das Netz der Zwangserkrankung. Eines Tages ist Ricky so verzweifelt, dass er Dr. Eule um Rat fragt. Dr. Eule ist mit Rickys Problem bestens vertraut – allerdings muss er zuerst ein Kind finden, das ihn versteht und bereit ist, ihm zu helfen ... Hier steigt das zwangserkrankte Kind als Helfer von Ricky und Lisa in das Spiel ein.

### Therapeutische Inhalte

*Ricky und die Spinne* enthält verschiedene Elemente der kognitiven Verhaltenstherapie, die auf gut evaluierte Therapieverfahren für Zwangsstörungen bei Kindern (March & Mulle, 1998; Piacentini, Langley, & Roblek, 2007), aber auch Erwachsenen zurückgehen (Foa et al., 1983; Salkovskis, 1999). Das Spiel besteht aus einer Intro und acht Level. Am Ende jedes Levels erhält das Kind ein Blatt mit therapeutischen Hausaufgaben, die es bis zur nächsten Therapiestunde erfüllen soll.

Die Kernelemente der verhaltenstherapeutischen Behandlung von Zwangserkrankungen – Psychoedukation, Externalisierungsstrategien und Exposition mit Reaktionsverhinderung – werden folgendermaßen in das Spiel integriert:

**Level 1 – Der schleichende Beginn der Erkrankung:** Ricky und Lisa erzählen vom schleichenden Beginn der Erkrankung und davon, dass sie aus Angst vor der Spinne deren Befehle befolgen. Doch Ricky hat bemerkt, dass er sich damit immer mehr im Netz der Zwangserkrankung verstrickt und beschließt deshalb, Dr. Eule um Hilfe zu bitten.

**Level 2 – Das Konzept des Gedankenfilters:** Die Spinne hat so viel Macht über die Tiere, weil sie ihnen erfolgreich Angst macht. In Anlehnung an das kognitive Zwangsmodell von Salkovskis (1999) vergleicht Dr. Eule unseren Gedankenstrom mit einem Bach. Dinge, die nicht ins Wasser gehören, werden durch ein Wehr herausgefiltert. Entsprechend gibt es in unserem Gedankenstrom einen Gedankenfilter, der unsinnige Gedanken nicht durch lässt. Leider hat die Spinne den Gedankenfilter von Ricky und Lisa beschädigt, und dadurch bemerken sie jeden Unsinnsgedanken, über den andere einfach hinweg gehen können.

**Level 3 – Das Werkzeug im Kampf gegen die Zwangserkrankung und Externalisierungsstrategien:** Im Kampf gegen die Spinne brauchen Ricky und Lisa vier Dinge – nett sein zu sich selbst, Mut zur Veränderung, Geduld und einen Helfer. Diese vier Strategien werden durch ein Kleeblatt symbolisiert und kehren in den späteren Level zurück, wobei das Kind jeweils herausfinden muss, welche Hilfsstrategie gerade am Besten passt. Schließlich fordert Dr. Eule die beiden Freunde im Sinne einer Externalisierungsstrategie auf, sich Spitznamen für die Spinne auszudenken. Nach anfänglichem Protest entfalten Ricky und Lisa darin große Talente ...

**Level 4 – Das Erstellen der Zwangskarte:** Ricky und Lisa sollen alle Verhaltensweisen sammeln, zu denen die Spinne sie zwingen will, und angeben, wie schwierig es wäre, den Befehlen der Spinne nicht zu gehorchen (1 = ganz leicht, 10 = sehr schwierig). Weil man Mut braucht, sich der Spinne zu widersetzen, heißen die Aufgaben auf der Zwangskarte Mutaufgaben. Auch das Kind soll eine Zwangskarte mit Mutaufgaben für sich erstellen.

**Level 5 – Erster Expositionsauftrag:** Nachdem Dr. Eule den Freunden geholfen hat, einige Mutaufgaben zu vereinfachen, fordert sie sie auf, die einfachste davon durchzuführen. Lisa getraut sich als Erste, Ricky folgt ihr wohl oder übel ... Dr. Eule ermuntert auch das Kind, seine einfachste Mutaufgabe mehrmals täglich durchzuführen.

**Level 6 – Weitere Expositionsaufträge:** Lisa erhält weitere Mutaufgaben und wird von Ricky und dem Kind darin unterstützt, den Kampf gegen die Spinne nicht aufzugeben. Dr. Eule warnt die beiden davor, zu





Auch das Kind soll eine Zwangskarte mit Mutaufgaben für sich erstellen. Dabei symbolisieren die Spinnennetze die Macht der Spinne.

rasch von einer Mutaufgabe zur nächsten zu gehen – erst muss die aktuelle Mutaufgabe täglich geübt werden, bis sie ihnen ganz leicht fällt.

**Level 7 – Weitere Expositionsaufträge:** Ricky erhält ebenfalls weitere Mutaufgaben. Als er zögert und die Aufgaben hinausschieben will, wird er von Lisa und dem Kind mit Hilfe des Kleeblatts zum Weitermachen motiviert.

**Level 8 – Überreichen der Urkunde:** Aus Respekt vor der Leistung von Ricky und Lisa erhalten sie von Dr. Eule eine Urkunde, die alles beschreibt, was sie gelernt haben. Auch das Kind erhält eine entsprechende Urkunde mit dem Hinweis, dass es jederzeit wieder um Hilfe bitten kann, wenn es das braucht.

Zu jedem Level gibt es Fragen, die das Kind während dem Spielen beantworten muss. Zusätzlich erhält es jeweils ein Hausaufgabenblatt (zu finden auf der Webseite unter ‚Therapeutische Materialien‘) mit Aufträgen, die es für die nächste Therapiestunde umsetzen soll. Um die vier Hilfsstrategien weiter zu festigen, ist auf der Webseite auch ein Kleeblatt mit und ohne Inschriften aufgeschaltet. Während die Hausaufgaben der ersten Level primär Psychoedukation zum Inhalt haben, wird das Kind ab Level 5 zu eigenen Expositionsaufgaben ermutigt. Hierzu ist die Unterstützung des Therapeuten unbedingt erforderlich! Zudem kann nur der Therapeut – in Zusammenarbeit mit den Eltern – beurteilen, ob und inwiefern die Expositionsaufgaben richtig durchgeführt wurden.

### Einsatz in der Therapie

Grundsätzlich sind therapeutische Computerspiele ohne begleitende Psychotherapie kein ausreichendes Mittel, eine kindliche Störung zu beheben (Brezinka, 2009). Der Mehrwert eines therapeutischen Computerspiels kommt auch nur dann zum Tragen, wenn dieses Spiel von einer Fachperson eingesetzt wird – ‚Zauberei‘ in Form eines Computerspiels, das kindliche Probleme einfach so zum Verschwinden bringt, gibt es nicht.

*Ricky und die Spinne* ist daher kein Selbsthilfe-Spiel. Für Kinder, die nicht an einer Zwangserkrankung leiden, ist das Spiel uninteressant. Erkrankte Kinder, die *Ricky und die Spinne* ohne Anleitung durch eine Fachper-

son spielen, werden in der Geschichte vermutlich eine ganze Reihe ihrer eigenen Beschwerden erkennen. Trotzdem ist es anzuraten, das Spiel nur im Rahmen einer kognitiven Verhaltenstherapie einzusetzen, denn nur ein Verhaltenstherapeut kann beurteilen, welche Expositionsaufgaben für das Kind in welchem Stadium geeignet sind und inwieweit sie erfüllt wurden. Zudem ist der Überraschungseffekt weg, wenn ein Kind das Spiel zu Beginn der Therapie bereits kennt, und kann *Ricky und die Spinne* danach nicht mehr optimal zur Behandlung einer Zwangserkrankung eingesetzt werden.

Die Bearbeitung eines Levels dauert maximal 15 Minuten. Pro Therapie-sitzung sollte nicht mehr als ein Level bearbeitet werden. Die einzelnen Level sind kurz, aber inhaltlich sehr dicht. Es ist deshalb anzuraten, jedes Level einmal gemeinsam zu spielen, dann vom Kind nacherzählen zu lassen und es anschließend noch einmal zu spielen.

Eine Wunderheilung kann *Ricky und die Spinne* auch im Rahmen einer kognitiven Verhaltenstherapie nicht bewirken. Das Spiel ist ein unterstützendes Werkzeug für die Behandlung einer Zwangserkrankung, enthält aber keine Zauberei. Zwar erleichtert es die therapeutische Arbeit, indem es eine passende Metapher und therapeutische Hausaufgaben liefert, aber die Behandlung einer Zwangserkrankung sollte weiterhin in erster Linie durch einen Verhaltenstherapeuten in Zusammenarbeit mit einem Kinder- und Jugendpsychiater erfolgen. Nur der Verhaltenstherapeut kann entscheiden, ab wann es sinnvoll ist, mit dem Kind das nächste Level zu spielen. Auch bleibt in *Ricky und die Spinne* ein wichtiger Aspekt der Zwangserkrankung aus praktischen Gründen ausgespart, nämlich der Prozess der ‚family accommodation‘, also die Einbindung von Familienangehörigen in die Zwangssymptomatik des Kindes. Ricky und Lisa leben selbständig mit ihren Freunden im Wald – Eltern oder Geschwister werden im Spiel nicht erwähnt. Dies wäre gestalterisch zu teuer und inhaltlich zu komplex geworden. Es ist Aufgabe des behandelnden Therapeuten, diese wichtige Thematik mit den Eltern und eventuell auch Geschwistern anzusprechen und die Familienmitglieder dabei zu unterstützen, ihre Einbindung in die Zwangssymptomatik zu reduzieren (s. z.B. Barrett, Farrell, Dadds, & Boulter, 2005).

Zwangsstörungen zeigen einen chronischen Verlauf und sind oft hartnäckig. Es wird nicht immer gelingen, die Zwangssymptome eines Kindes





bereits nach sieben bis acht Sitzungen so zu verringern, dass die Urkunde ausgedruckt werden kann. In diesem Fall sollten Level 5, Level 6 und Level 7 abwechselnd wiederholt werden, bis das Kind genügend Mutaufgaben erfolgreich durchgeführt hat. Dabei können die Ängste, Zweifel und Motivationskrisen von Ricky und Lisa zum Anlass genommen werden, ähnliche Gefühle beim Kind zu thematisieren und es zum Durchhalten zu ermutigen.

Immer wieder wird gefragt, ob auch Eltern *Ricky und die Spinne* für ihr zwangserkranktes Kind kaufen dürfen, selbst wenn es nicht in psychotherapeutischer Behandlung ist. Grundsätzlich ist das möglich. Die Gefahr, dass es auf eine Enttäuschung hinaus laufen wird, ist jedoch erheblich, denn das Spiel kann eine verhaltenstherapeutische Behandlung zwar unterstützen, aber nicht ersetzen. **Z**



**Dr. phil. Dr. (PhD) Veronika Brezinka**

Psychologin / Verhaltenstherapeutin  
Zentrum für Kinder- und Jugendpsychiatrie  
Spezialprechstunde Zwang – Tic – Tourette  
Universität Zürich  
Eisengasse 16 · 8008 Zürich, Schweiz  
Email: [veronika.brezinka@ppkj.uzh.ch](mailto:veronika.brezinka@ppkj.uzh.ch)  
[www.rickyandthespider@uzh.ch](http://www.rickyandthespider@uzh.ch)

## Literatur

- Barrett, P., Farrell, L., Dadds, M., & Boulter, N.** (2005). Cognitive-behavioral family treatment of childhood obsessive-compulsive disorder: long-term follow-up and predictors of outcome. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 44(10), 1005-1014.
- Brezinka, V.** (2009). Computerspiele in der Verhaltenstherapie mit Kindern. In S. Schneider & J. Margraf (Eds.), *Lehrbuch der Verhaltenstherapie Band 3: Störungen im Kindes- und Jugendalter* (pp. 233-241). Heidelberg: Springer.
- Brezinka, V.** (2011). Schatzsuche – ein verhaltenstherapeutisches Computerspiel. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 9, 762-776.
- Foa, E., Grayson, J. B., Steketee, G. S., Doppelt, H. G., Turner, R. M., & Latimer, P. R.** (1983). Success and failure in the behavioral treatment of obsessive-compulsives. *Journal of Consulting & Clinical Psychology*, 51, 287-297.
- Freeman, J. B., Choate-Summers, M. L., Moore, P. S., Garcia, A. M., Sapyta, J. J., Leonard, H. L., et al.** (2007). Cognitive Behavioral Treatment for Young Children With Obsessive-Compulsive Disorder. *Biological Psychiatry*, 61(3), 337-343.
- March, J. S., & Foa, E.** (2004). Cognitive-behavior therapy, sertraline, and their combination for children and adolescents with obsessive-compulsive disorder. *Jama*, 292(16), 1969-1976.
- March, J. S., & Mulle, K.** (1998). OCD in children and adolescents. A cognitive-behavioral treatment manual. New York: Guilford Press.
- Micali, N., Heyman, I., Perez, M., Hilton, K., Nakatani, E., Turner, C., et al.** (2010). Long-term outcomes of obsessive-compulsive disorder: Follow-up of 142 children and adolescents. *British Journal of Psychiatry*, 197, 128-134.
- O'Kearney, R. T., Anstey, K., von Sanden, C., & Hunt, A.** (2010). Behavioural and cognitive behavioural therapy for obsessive compulsive disorder in children and adolescents (Review). *The Cochrane Library*(1), 1-49.
- Piacentini, J., Langley, A., & Roblek, T.** (2007). Cognitive-Behavioral Treatment of Childhood OCD. It's only a false alarm. New York: Oxford University Press.
- Salkovskis, P. M.** (1999). Understanding and treating obsessive-compulsive disorder. *Behaviour Research & Therapy*, 37(1), S29-S52.
- Simons, M.** (2009). Zwangsstörung. In S. Schneider & J. Margraf (Eds.), *Lehrbuch der Verhaltenstherapie. Band 3: Störungen im Kindes- und Jugendalter* (pp. 630-645). Heidelberg: Springer.